

La esencia del yoga

Swami Sivananda

Editorial: E. L. A.

ISBN: 9788499500836

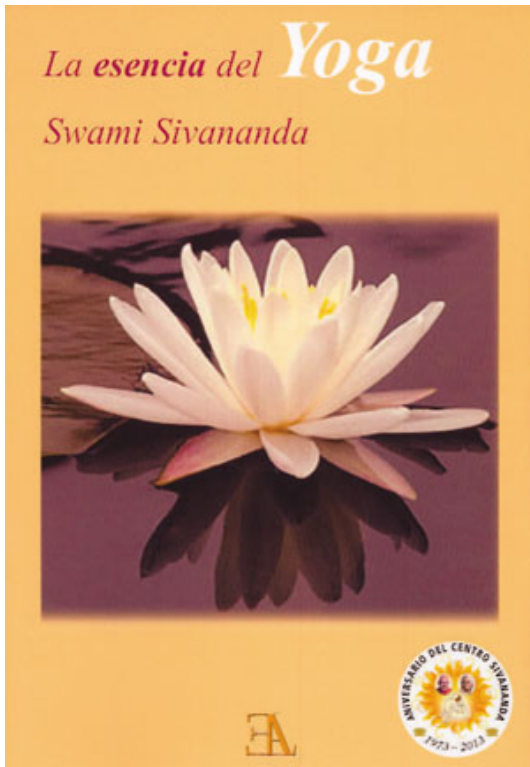
Páginas: 154

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

Coleccion: Swami Sivananda



SINOPSIS

"La esencia del Yoga" sintetiza el pensamiento y la experiencia del Yoga de *Swami Sivananda*.

"*Un libro único, la guía de cualquier buscador en el camino del Yoga*", en palabras de la *Divine Life Society*, una de las organizaciones que *Swami Sivananda* creó para compartir silencio y meditación.

La palabra *esencia* procede del latín y significa lo que constituye la naturaleza de las cosas, lo permanente e invariable de ellas. Pero la utilización de la palabra "Esencia" en el libro, está más cerca de la quinta esencia: lo más puro, fino y acendrado, en este caso del Yoga.

Esta obra es un néctar para el lector y nos sumerge en el mundo del Yoga, del puro Yoga sin calificativos. ¿Qué más podemos pedir?

Toda la obra está dirigida a los buscadores, a los que quieren convertirse en *jivanmuktas*, seres realizados en vida: un precioso empeño. Cientos de consejos directos, sencillos y llenos de fuerza para la práctica de *lo esencial del Yoga*.

"*Sirve. Ama. Da. Sé amable. Haz el bien. Practica Japa, repetición del mantra y meditación y alcanza la conciencia de Dios o la autorrealización en este mismo nacimiento*".

Siempre ayudándonos a ver relación directa entre nuestro comportamiento diario y la obtención de los beneficios ...